Uptc®
Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia

LA UNIVERSIDAD QUE QUEREMOS

LECCIONES APRENDIDAS POR ACCIDENTE DE TRABAJO

SEGUNDO TRIMESTRE 2019

ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL DE ALTA CALIDAD
MULTICAMPUS
RESOLUCIÓN 3910 DE 2015 MEN / 6 AÑOS

www.uptc.edu.co

VIGILADA MINEDUCACIÓN

Uptc Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia
ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL DE ALTA CALIDAD MULTICAMPUS
RESOLUCIÓN 3910 DE 2015 MEN / 6 AÑOS
VIGILADA MINEDUCACIÓN

SIG ¡Somos Todos!

LA UNIVERSIDAD QUE QUEREMOS

¿Qué paso?

Contusión leve mano derecha

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?q=CONTUSI%C3%93N+LEVE+MANO+DERECHA&rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwi77aLA8MDiAhWttVkKHdd7AUAQ_AUIDigB&biw=1600&bih=789#imgrc=njC_0MsgRbCucM:

¿Por qué?

La persona estaba dictando su clase de patinaje , en el momento de estar rodando aproximadamente en la sexta vuelta el patín se freno y cayo al piso , recibiendo el golpe mas fuerte en la mano derecha , al revisar por que el patín se freno , se identifica que el rodamiento se daño y genero la caída.

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&eihttps=no3uXLuQEqeA5wKpuqLABQ&q=caida+en+patines&oq=caida+en+patines&gs_l=img.3..0l2.439066.444940..445247...0.0..1.187.4087.0j33.....0....1..gws-wiz-img.....0..0i67j0i5i30j0i8i30j0i24.yfY8WMQf9xU#imgrc=dvXTm6131L7dpM:

Como evitarlo

1. Antes de realizar cualquier actividad deportiva , utilizar los elementos de protección necesarios y acordes a la actividad física.

2. Revisar y realizar mantenimiento preventivo a la indumentaria que se utiliza para realizar el deporte.

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&ei=HpXuXPiYEpLH5gKctZHIBg&q=manteniniento++de+patines&oq=manteniniento++de+patines&gs_l=img.3...63010.64002..64383...0.0..0.140.1194.0j10.....0....1..gws-wiz-img.VqWtLiqeaTg#imgrc=A_0XwDfUglegvM:

¿Qué paso?

Golpe o contusión en áreas múltiples

FUENTE DE LA IMAGEN
https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&ei=16nuXKiwAeTP5gKEub_YCQ&q=golpes+de+caidas&oq=golpes+de+caidas&gs_l=img.3..0l2j0i24.17496.19180..19263...0.0..0.173.1154.0j9.....0....1..gws-wiz-img.....0i67.AxQF4gYwgfM#imgrc=nb3A2uGXqRoU6M:

¿Por qué?

Estaba saliendo de edificio RA ,el día estaba lluvioso, el piso estaba mojado por el flujo de entrada y salida de personas, saliendo del edificio me resbale y caí en la entrada del edificio.

FUENTE DE LA IMAGEN
https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&ei=baXuXKjoAu7c5gKd5r2wBQ&q=resbalon+de+personas&oq=resbalon+de+personas&gs_l=img.3...28038.34589..34875...0.0..0.205.5583.5j41j1.....0....1..gws-wiz-img.....0..0j0i67j0i24.UqLAQSrb5kA#imgrc=q_47K8pnU7UIBM:

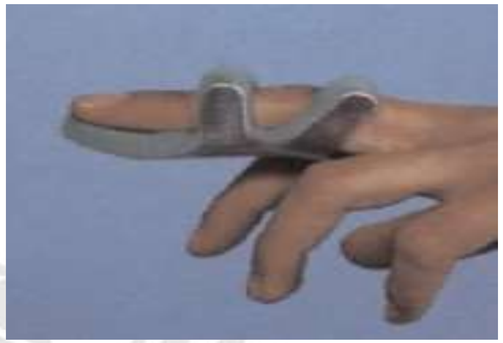
Como evitarlo

1. **Utilizar calzado con suela antideslizante .**
2. **Tener precaución con las condiciones en las que se encuentre el piso .**
3. **Al identificar estas condiciones en el piso, solicitar al personal de aseo que realice la limpieza del mismo.**

FUENTE DE LA IMAGEN
https://www.google.com/search?q=mantenimiento+de+pisos+mojados&rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwixhK_5jMHiAhXGs1kKHc2ZD8kQ_AUIDigB&biw=1600&bih=740#imgrc=ElPDpchP1_rPQM:

¿Qué paso?

Atrapamiento del dedo corazón entre dos cuerpos de una biblioteca



FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&ei=hK3uXK2tCMGB5wKfmajwBg&q=aplastamiento+de+dedo&oq=aplastamiento+de+dedo&gs_l=img.3..0j0i24l3.8043.17320..17588...1.0..0.200.5157.0j39j1.....0....1..gws-wiz-img.....0..0i67.JpLti-DyyrY#imgrc=cSzgx37bGvX0xM:

¿Por qué?

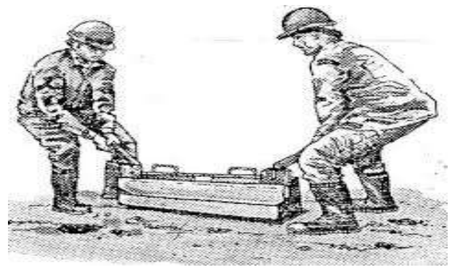
El funcionario trata de reacomodar una biblioteca de dos cuerpos, pero no evaluó el peso, al mover uno de los cuerpos el peso le gana y queda atrapado el dedo corazón entre los dos cuerpos de la biblioteca

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&ei=lq3uXOHdHISv5wLjm4LoDA&q=SOBRE+ESFUERZO+DE+CARGAS&oq=SOBRE+ESFUERZO+DE+CARGAS&gs_l=img.3...7913.14463..14774...0.0..0.218.4781.0j35j1.....0....1..gws-wiz-img.....0..0j0i24j0i67j0i10j0i5i30j0i30j0i8i30.fXOe6CRR8ps#imgdii=UmLa3k9SwegHLM:&imgrc=5RBm72OHmxl6YM:

Como evitarlo

1. **Evaluar los riesgos que pueden generar las realización de la actividad.**
2. **Conocer el peso máximo que una persona puede cargar.**
3. **Si el peso sobrepasa lo establecido pedir ayuda a sus compañeros para distribuir el peso que pretendan levantar**



FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?q=levantamiento+de+cargas&rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwj5hLmQk8HiAhXo1FkKHTAfBhIQ_AUIDigB&biw=1600&bih=740#imgrc=yYwHk_EpJ8YZ8M:

¿Qué paso?

Golpe o contusión rodilla derecha

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?q=golpe+o+contusion+rodilla&rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwi7w8LJscPiAhUFuVkKHTPnAfkQ_AUIDigB&biw=1600&bih=789#imgdii=tyFHKxypS9qmeM:&imgrc=hn6PUo5qK9qtnM:

¿Por qué?

El funcionario, estaba realizando sus actividades propias del trabajo, y en su rutina abre el cajón del escritorio para sacar un documento, el cajón lo deja abierto , gira para levantarse e ir a la impresora se golpea fuerte en la rodilla derecha.

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?q=gorando+n+una+silla&tbm=isch&tbs=rimg:CZ8xxEs2r3l1IjhIR3aJHX2couds-ZYp81lSQfPUUHABM38dax8jbxsCRw7SkbjZ2RXt6GfDPOuDwBpw3EODq136JSoSCUhHdokdfZyiEQLK8P27GBz1KhIJ52z5linzWVIRhDLM_1wXVekIqEgIB89RQcAEzfxFIP8uIJNiRyioSCR1rHyNvGwJHEcW1XNOhwFJGKhIJDtKRuNnZFe0RalhJR3wyQ6sqEgnoZ8M864PAGhFiZKB8YNuc8CoSCXDcQ4OrXfolEd_1c17S87AAT&tbo=u&sa=X&ved=2ahUKEwi91LXatcPiAhVNuVkKHdE4CckQ9C96BAgBEBs&biw=1600&bih=789&dpr=1#imgrc=52z5linzWVJvWM:

Como evitarlo

1. **Realiza pausas activas cada dos horas 15 minutos, esto reducirá el estrés, cansancio y fatiga de la rutina.**

2. **Manejar el autocuidado en el puesto de trabajo, esto reducirá los riesgos a los que se expone o esta expuesto.**

FUENTE DE LA IMAGEN

https://impresa.prensa.com/mosaico_dominical/concentracion-relacionada-factores-emocionales-afectivos_LPRIMA20150426_0018_24.jpg

¿Qué paso?

Golpe o contusión contra el piso áreas múltiples del cuerpo

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&ei=5GAbXfWJNomW5wLs1KawBA&q=caidas+y+golpes&oq=caidas&gs_l=img.3.0.0i67l3j0l2j0i67l2j0l3.41717.44444..48698...0.0..3.144.2169.1j19.....0....1..gws-wiz-img.....0.fsthmv1iGC4#imgrc=o6e4HxPRSFlBMM:

¿Por qué?

El funcionario estaba entrado a un edificio de la universidad, por las condiciones climáticas el piso estaba mojado. Al tener contacto con el piso resbalo y cayo.

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&ei=_YYsXa7YI4O-tQbOxYCYBw&q=aseo+en+entradas+de+edificio&oq=aseo+en+entradas+de+edificio&gs_l=img.3...281872.288662..288970...0.0..0.172.4515.1j38.....0....1..gws-wiz-img.....0..0j0i5i30j0i67j0i8i30j0i24.94985qU9qD8#imgdii=bVJV-DkSD0oP8M:&imgrc=vwJbZAlMXOuwwM:

Como evitarlo

Tener en cuenta los avisos de prevención puestos por el personal de aseo, como como media de precaución e informar al vigilante de cada portería para que sequen las entradas.

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&ei=_YYsXa7YI4O-tQbOxYCYBw&q=aseo+en+entradas+de+edificio&oq=aseo+en+entradas+de+edificio&gs_l=img.3...281872.288662..288970...0.0..0.172.4515.1j38.....0....1..gws-wiz-img.....0..0j0i5i30j0i67j0i8i30j0i24.94985qU9qD8#imgdii=bVJV-DkSD0oP8M:&imgrc=vwJbZAlMXOuwwM:

¿Qué paso?

Punzón en la mano

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&ei=sYgsXaGAFsyrtQaSkIeAAQ&q=me+punze+una+mano&oq=me+punze+una+mano&gs_l=img.3...34385.46338..46646...5.0..0.164.4363.1j37.....0....1..gws-wiz-img.....0..0i67j0j0i30j0i5i30j0i10i24.BdUVkNu9l3Y#imgrc=zDHWX11S7gCoPM:

¿Por qué?

El funcionario trato de correr una silla, con tan mala suerte que en el espaldar de la silla había púas que no se veían por la cubierta de espuma, al tomarla del espaldar se punzó el dedo de la mano .

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&ei=4IgsXYXfNIextAaX5LXIDQ&q=punz%C3%B3n+ebn+dedo+de+la+mano+&oq=punz%C3%B3n+ebn+dedo+de+la+mano+&gs_l=img.3...227336.235577..235765...0.0..0.162.4371.2j37.....0....1..gws-wiz-img.....0..0j0i67j0i8i30j0i24j0i10i24.efCLmr5b09g#imgrc=65-lVHioF1cgNM:

Como evitarlo

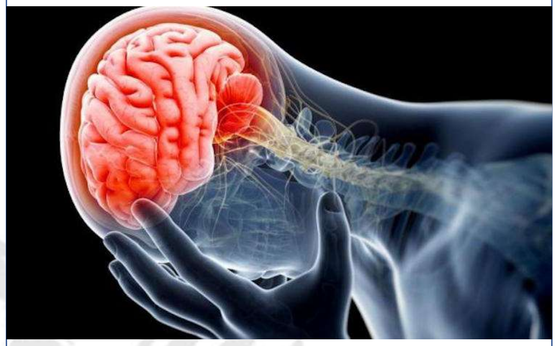
Tener en cuenta al momento de recibir cualquier tipo de mobiliario sea debidamente inspeccionado por parte de almacén general para evitar este tipo de incidentes dentro de la universidad.

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=740&tbm=isch&sa=1&ei=_YYsXa7YI4O-tQbOxYCYBw&q=aseo+en+entradas+de+edificio&oq=aseo+en+entradas+de+edificio&gs_l=img.3...281872.288662..288970...0.0..0.172.4515.1j38.....0....1..gws-wiz-img.....0..0j0i5i30j0i67j0i8i30j0i24.94985qU9qD8#imgdii=bVJV-DkSD0oP8M:&imgrc=vwJbZAlMXOuwwM:

¿Qué paso?

Exposición a infección por Meningitis



FUENTE DE LA IMAGEN:
http://www.caraotadigital.net/salud/mundial-meningitis-prevenirlo/

¿Por qué?

- **Ingresó a urgencias un paciente que, según cuadro clínico se identifica como Meningitis Meningocóccica Fulminante, le colocan elementos de protección personal al paciente y se aísla; cuando lo llevaban para la UCI, entra en paro y lo trasladan a sala de reanimación. La médico colabora en la atención del paciente, pero no tiene contacto directo con él.**

- **Riesgo inherente a la actividad**

Como evitarlo

1. **Aplicar los protocolos de precaución universal y de bioseguridad. Considerar a todo paciente como posible portador de cualquier enfermedad infecciosa.**
2. **Portar en todo momento y de manera correcta los elementos de protección personal (guantes, tapabocas, bata antifluidos).**
3. **Profilaxis antibiótica post exposición.**
4. **Tratar el tema en Comité Docencia Servicio, para establecer estrategias de prevención.**

¿Qué paso?

Exposición a infección por Meningitis

FUENTE DE LA IMAGEN:
http://www.caraotadigital.net/salud/mundial-meningitis-prevenirlo/

¿Por qué?

- **El médico interno trabajó varias horas en el consultorio donde fue atendido un paciente infectado con meningitis**
- **Saturación de consultas en urgencias.**
- **Por necesidad del servicio, el médico interno debe permanecer en Sala de Reanimación entre 20 a 30 minutos, sitio en el cual estaban reanimando a un paciente con meningitis**
- **Los elementos que se requerían para brindarle atención al paciente pediátrico estaban en Sala de Reanimación.**
- **Reducido espacio para actuar en sala de reanimación.**
- **Aunque existió cercanía con el paciente, no hubo contacto directo con él.**

Como evitarlo

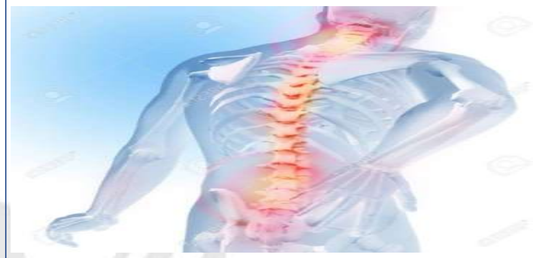
1. **Aplicar los protocolos de precaución universal y de bioseguridad. Considerar a todo paciente como posible portador de cualquier enfermedad infecciosa.**
2. **Portar en todo momento y de manera correcta los elementos de protección personal (guantes, tapabocas , bata antifluidos).**
3. **Profilaxis antibiótica post exposición**
4. **Tratar el tema en Comité Docencia Servicio, para establecer estrategias de prevención.**

FUENTE DE LA IMAGEN:

https://www.google.com.co/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fsites.google.com%2Fsite%2Fnormasdebioseguridadtjbb%2F_%2Frsrc%2F1493998057979%2Fdesarrollo%2Fprincipios-de-bioseguridad%2FBARRERA.jpeg%3Fheight%3D195%26width%3D200&imgrefurl=https%3A%2F%2Fsites.google.com%2Fsite%2Fnormasdebioseguridadtjbb%2Fdesarrollo%2Fprincipios-de-bioseguridad&docid=RFsPfbKuIIDYCM&tbnid=140APRTgy84JnM%3A&vet=10ahUKEwiG6-qO1IzjAhWOjVkKHbB-CT8QMwjIASgFMAU..i&w=199&h=195&hl=es&bih=864&biw=1280&q=bioseguridad&ved=0ahUKEwiG6-qO1IzjAhWOjVkKHbB-CT8QMwjIASgFMAU&iact=mrc&uact=8

¿Qué paso?

Lesiones superficiales (tronco)



FUENTE DE LA IMAGEN
http://www.caraotadigital.net/salud/mundial-meningitis-prevenirlo/

¿Por qué?

- **Se desplazaba por la escalera del hospital para dirigirse al servicio de farmacia. Se resbala y cae sentada, recorriendo 3 escalones.**
- **Perfiles de los escalones lisos (desgastados).**
- **Prolongación excesiva de uso.**
- **Exceso de confianza.**
- **No utilizar el pasamanos al bajar**
- **Suela de zapatos un poco desgastados.**

FUENTE DE LA IMAGEN:
https://www.google.com.co/url?sa=i&source=images&cd=&ved=2ahUKEwiK_vPTlr_iAhVStlkKHQUPBJIQjRx6BAgBEAU&url=http%3A%2F%2Fclipartportal.com%2Ffall-down-clipart-3%2F&psig=AOvVaw0l4SkdL2xPfmsZGfdbWXcD&ust=1559165554040074

Como evitarlo

1. **Solicitar o indicar al Hospital sustituir el perfil de la escalera o tomar medidas preventivas – correctivas.**
2. **Al bajar y subir escaleras apoyar completamente el pie en la base del escalón.**
3. **Al bajar las escaleras, apoyarse en el pasamanos.**
4. **Sustituir los zapatos con suela desgastada por unos nuevos con suela antideslizante requeridos en la actividad.**

FUENTE DE LA IMAGEN
https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcQEBNgVFmLBxztg-BwQafRn9HzW3y07IYzMgZ5NzTJzM_ew7Ds4nA

¿Qué paso?

Desgarro muscular en pierna derecha

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.facebook.com/dorsumcentroosteopatiayquiromasaje/posts/1898297860382802/.

¿Por qué?

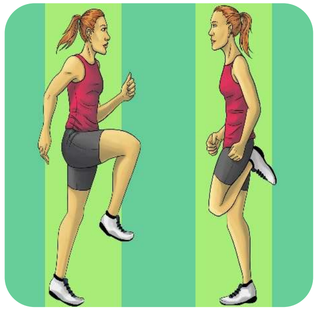
Durante el descenso de unas escaleras, producto de un esfuerzo demasiado grande. ocurre cuando el músculo se contrae al estirarse. Esto puede suceder al correr, saltar o patear, los músculos ya están tensos o rígidos, los músculos están débiles.

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.bupasalud.com/salud/desgarro-muscular#causas-del-desgarro-muscular

Como evitarlo

1. **Hacer calentamiento y enfriamiento completos antes y después del ejercicio, respectivamente.**
2. **Dejar pasar suficiente tiempo de recuperación entre una y otra sesión de entrenamiento.**
3. **Realizar chequeos médicos periódicos.**

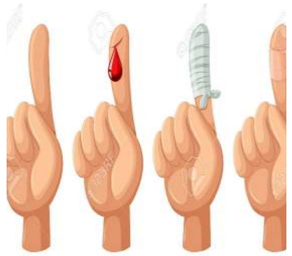


FUENTE DE LA IMAGEN

https://conteni2.educarex.es/mats/001083/contenido/modules/scorm/modulo-teorico-1/website_el_calentamiento.html

¿Qué paso?

Corte en dedo índice de la mano derecha

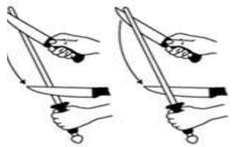


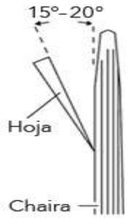
FUENTE DE LA IMAGEN

https://es.123rf.com/photo_48427770_dedo-con-el-corte-y-vendajes-ilustraci%C3%B3n.html

¿Por qué?

- **Corte con un cuchillo cuando estaba arreglando una malla.**
- **Utilizar cuchillos con la hoja mellada y/o el mango deteriorado.**
- **Cortar en dirección hacia el cuerpo y/o colocar la mano de tal manera que quede desprotegida.**
- **Emplear cuchillos como destornillador o palanca.**



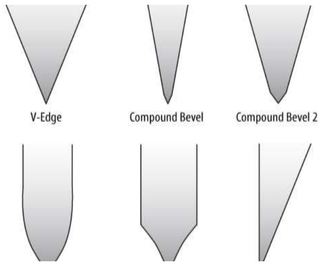


FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.wuesthof.com/internacional/conocimiento/aguzar-y-afilar/so-schaerfen-sie-ihre-messer/index.jsp

Como evitarlo

1. **Seleccionar la herramienta de corte teniendo en cuenta el material a cortar y las características del corte .**
2. **Que las hojas del cuchillo no tengan defectos y estén bien afiladas, con punta redondeada.**
3. **Mangos en perfectas condiciones.**
4. **Asegurarse de que se dispone de suficiente espacio para trabajar.**
5. **Realizar el corte en dirección contraria al cuerpo.**



FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.wuesthof.com/internacional/conocimiento/aguzar-y-afilar/so-schaerfen-sie-ihre-messer/index.jsp

¿Qué paso?

Corte en dedo pulgar de la mano izquierda

FUENTE DE LA IMAGEN
https://www.alamy.es/un-hombre-mano-con-un-corte-en-el-dedo-pulgar-y-sangrado-chichester-west-sussex-reino-unido-image208983571.html?pv=1&stamp=2&imageid=C9BC7BE2-794A-4AFB-BC89-

¿Por qué?

Se corta con navaja cuando realizaba labores de injertación de almendros en el vivero de la Granja.

FUENTE DE LA IMAGEN

https://agroalimentando.com/nota.php?id_nota=7779

Como evitarlo

1. **Verificar el estado de las herramientas a utilizar.**
2. **Utilizar técnicas adecuadas para realizar la labor.**
3. **Asegurarse de que se dispone de suficiente espacio para trabajar.**

FUENTE DE LA IMAGEN

http://blog.agrologica.es/injerto-yema-escudete/

¿Qué paso?

Golpe o contusión en rodilla izquierda

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.drballester.com/blog/edema-oseo-medular-en-la-rodilla

¿Por qué?

- **Ruptura de reja ubicada en el suelo del taller cuando la persona pisa.**
- **No se cuenta con señalización, no se evidencia soporte mantenimiento de rejas .**

FUENTE DE LA IMAGEN

http://thai.industrialsteelgrating.com/

Como evitarlo

1. **Verificar condiciones del área o lugar de trabajo antes de iniciar actividades.**
2. **Utilizar calzado adecuado según la actividad a ejecutar.**
3. **Reportar condiciones inseguras.**
4. **Solicitar y realizar mantenimiento periódico a las instalaciones .**

FUENTE DE LA IMAGEN

http://www.paritarios.cl/consejos_resbalones_caidas.htm

¿Qué paso?

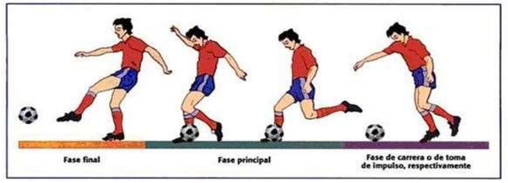
Esguince de tobillo

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.fisiolluch.com/como-se-cura-un-esguince-de-tobillo-fisioterapia-malaga/

¿Por qué?

Docentes de Educación Física, se encontraban en práctica de pase y remate. Mientras realizaban demostración a sus estudiantes, quién remató, lo hizo con demasiada fuerza, generando la lesión a la docente en el arco.



FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.efdeportes.com/efd224/analisis-biomecanico-del-golpe-de-balon-en-futbol.htm

Como evitarlo

- **Propendiendo por el autocuidado y el cuidado de nuestros compañeros de trabajo, mediante prácticas seguras que involucren cada una de nuestras actividades laborales.**

FUENTE DE LA IMAGEN

https://www.google.com/search?rlz=1C1GGRV_enCO751CO751&biw=1600&bih=789&tbm=isch&sa=1&ei=DeXvXOr-OMfx5gKxgqM4&q=frases+de+seguridad+y+salud+en+el+trabajo&oq=frases+de+seguridad&gs_l=img.1.2.0l10.238757.243965..246385...0.0..3.305.2884.4j20j0j1.....0....1..gws-wiz-img.....0..0i67.AANdXWq24zI#imgdii=H55qOS4ATqgUDM:&imgrc=lQSjtb9pChWCzM: